

ほけんだより 5月



2025/5/1 厚生館保育園

瑞々しい緑が美しく映える季節、晴れ渡った空に悠々と泳ぐこいのぼりが鮮やかですね。日本の5月を彩るこいのぼりは、中国の故事が由来だそうです。多種多様の魚が激しい急流を遡り、さらに滝を登ろうとしたところ、鯉だけがてっぺんまで登ることができたとか。子ども達もこの鯉のようにたくましく育ってほしいものですね。

入園から1ヶ月がたちました。泣いている姿も少なくなり、しっかりとクラスの一員となり遊んでいる姿が見られるようになりました。5月はゴールデンウィーク、お出かけの計画を立てているかと思いますが、無理のない計画を立てて、たくさん楽しんでください。そして休み明けは元気な姿で登園してくださいね♡♡。

4月の感染症

伝染性紅斑（リンゴ病）：2名 感染性胃腸炎：2名 溶連菌：1名

4月は、上記の感染症が確認をされましたが、蔓延することはありません収束に向かっています。

ニュースでも取り上げられていますが、百日咳の感染が1000人を超えているようです。百日咳が乳児に感染をした場合、命を落とす危険性もありますので、早めのワクチン（4種、5種混合ワクチン）の接種をするようお願いします。

症状は、カタル期、痙咳期、回復期に分類され、軽い風症状が1～2週間続き、その後特徴的な咳（ヒューという音を伴う、スツカート咳）が連続的に起こり、それが2～6週間続き、回復にはかなりの時間を要します。

5月日差しが強くなり、夏日になることも

・・・そろそろ夏服の準備をしましょう👧



【時に】肌着＋半袖Tシャツ＋半ズボン（目安です！）

暑い時は、肌着を脱いでTシャツ1まいでもOKです。気温に合わせて衣服の調節をしましょう。保育園では、午睡（お昼寝）の時、肌着とTシャツ2枚着用していた場合は、上のTシャツを脱いで、肌着で眠りますので、肩が出ない肌着を着用するようにお願いいたします。

肌着の役割

吸湿性：汗を吸い取り体が冷えるのを防ぐ

通気性：皮膚と肌着の空気の状態を一定に保つので、皮膚の体温調節ができる

保温性：肌着と上着の間に温かい層をつくり、冬なら4℃暖かくなる

※肌着には、冬はヒートテック、夏はエアリズムなどの機能性肌着がありますが、どの製品にもポリエステル繊維が使われています。ポリエステルは速乾性がありますが、体に必要な水分まで奪ってしまい、乾燥肌になりやすく、皮膚を傷つけてしまうなどの難があるため、お子さんには綿の下着をお勧めします。

5月31日は世界禁煙デー・・・

紙巻きたばこの場合、喫煙によって発生する化学物質は約 5,300 種類ともいわれています。中には、病気の原因となるような悪い物質も・・・。

ニコチン≫「依存症」にさせてタバコをやめられなくなり、血管を細めたりします。

タール≫がんの原因になると言われる物質など、有害物質をたくさん含んでいます。

一酸化炭素≫血中でヘモグロビンとくっついて、酸素を運ぶのを邪魔します。

まだ、呼吸器の機能が発達していない子どもは、受動喫煙による影響が大人よりも大きく、こんな病気が増すともいわれています。

・中耳炎 ・虫歯 ・喘息などの呼吸器の病気 ・アトピー性皮膚炎

子どもは、自分で煙を避けられません。子どもをたばこから守るにはどうすればいいか、周りの大人が考えてあげる必要があります。



5月の保健行事

8日（金）身体測定（2～5才児）

13日（火）身体測定（0,1才児）

19日（月）0才児健診

9日、16日、23日（金）

地域ベビーマッサージ・育児相談を開催します。



発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いいたします。

